Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 16 novembre 2026

Un moment de grâce à Montfavet : 3 heures avec Boris Cyrulnik, son humour et sa voix rassurante



« Je suis venu à Avignon pour me rafraîchir, on m'a dit qu'il y neigeait ! ». C'est ainsi que le médecin-neuropsychiatre s'est adressé à une salle comble, surchauffée par la canicule, où 800 admirateurs ou plutôt admiratrices, puisque seulement une cinquantaine d'hommes étaient présents, ont écouté celui qui inlassablement parle du concept de « résilience. »

« En fait, ce mot vient de l'horticulture, a-t-il expliqué. Après un incendie, la plante repousse, la vie reprend. » Lui qui vit dans le Var depuis depuis plus de 50 ans, l'a expérimenté. « En 1974, le Cap Sicié était en feu, une montagne rouge, flamboyante sous les flammes, un ciel noir des panaches de fumée et une Méditerranée grise de cendres, pendant 3 jours et 3 nuits. Un spectacle tragiquement beau. Des squelettes de chênes, de pins, de cystes, de gibier. Et quelques années plus tard, la vie avait repris mais

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839
Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 16 novembre 2026

pas comme avant. Avec le feu et la sècheresse, tout s'était ratatiné, les plantes étaient l'ombre d'elles-mêmes, rabougries, puis la nature a repris le dessus, des plantes ont refleuri, des pétales ont réapparu. »

Il continue : « C'est cela la résilience, la reprise d'un nouveau développement après un traumatisme. Mais seul on n'y arrive pas, il faut un élan pour avancer, un soutien. Retrouver un sens pour se remettre à vivre, mais autrement. Et mon métier c'est justement d'aider les gens à trouver ce chemin. »



La salle polyvalente de Montfavet était comble pour l'occasion. ©Andrée Brunetti / L'Echo du Mardi

Invité par la Maison Départementale des Personnes Handicapées de Vaucluse, l'auteur d'une quarantaine de livres qu'on s'arrache à chaque publication, évoque alors la 1ère Guerre Mondiale. « Il y a eu 9 millions de morts dont 1,5 million en France, encore plus en Allemagne, dans les tranchées. Des mutilés physiques et psychiques On a connu 3 génocides au XXe siècle, arménien, juif et rwandais et la notion de résilience s'est imposée. René Spitz, (1887-1974), psychiatre d'origine hongroise a étudié le développement de l'enfant de 0 à 2 ans, en relation avec la mère et observé les carences des nourrissons

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

qui en sont séparés sur leur développement psycho-affectif. »

Boris Cyrulnik dont les parents ont été enlevés lors d'une rafle et sont morts en déportation, a survécu en se cachant dans les toilettes de la synagogue de Bordeaux où il était né, 7 ans plus tôt. Une expérience traumatisante qui l'a amené à devenir psychiatre et à vulgariser ce fameux concept de résilience.

Il évoque alors la façon dont chacun réagit face aux accidents de la vie. Les uns relèvent la tête, les autres sont fracassés par la mort de leur petit chat. « Les enfants qui sont entourés reprennent leur développement, ceux qui sont privés d'affection, non. » Et de citer les travaux d'un autre médecin, John Bowlby (1907-1990) qui s'est intéressé à l'origine des troubles comportementaux des enfants londoniens avant, pendant et après le Seconde Guerre Mondiale qui a fait 65 millions de victimes. Il découvre que les troubles infantiles proviennent surtout de la rupture prolongée de la relation mère-enfant. Une méthode systémique sur « La théorie de l'attachement » qui, avec Anna Freud, révolutionne la psychanalyse des enfants. « La carence affective altère le développement de l'enfant. Mais la présence d'une grand-mère, la voix d'un oncle ou l'affection d'un voisin le sécurise », poursuit Boris Cyrulnik.

Il évoque les orphelinats, ou plus exactement les mouroirs où on entassait les enfants de Roumanie sous les Ceaucescu, les ados qui ont survécu au séisme en Haïti qui en 2010 avait fait 280 000morts, 300 000blessés et plus d'un million de sans-abri. « Ils étaient livrés à eux-mêmes. violents. Il faut un raisonnement global, un processus à la fois politique, culturel, éducatif pour prendre en charge tous ces drames individuels. »

Le neuro-pychiatre en arrive au XXIe siècle et évoque les femmes, Le fameux *2ème Sexe* selon Simone de Beauvoir. « Aujourd'hui, elles sont plus diplômées que les hommes, elles vivent souvent seules. 60% des PMA (procréation médicalement assistée) sont engagées sans la présence d'un homme. Elles veulent tout mener tambour battant seules, carrière et vie privée, maison, courses et elles sont de plus en plus anxieuses, victimes de burn-out, de dépression et suicidaires, regrette-t-il. Pour éviter cette situation, il faut qu'elles soient entourées, comme dans un village africain où tout le monde aide tout le monde sans être le papa ou la maman. D'ailleurs Claude Lévi-Strauss disait qu'il existe 5 000 formes de famille traditionnelle, on a le choix ! »

Il a regretté le rythme effréné de notre civilisation. « Tout va trop vite, l'insécurité devient la règle. Il faut revenir à un rythme lent. L'affectivité sculpte le cerveau, les émotions le rendent plus fort. Accordons plus de temps à la poésie, à la musique, au beau. L'historien Georges Duby prônait l'amour courtois, ce serait un remède aux pulsions des violeurs, à la violence sexuelle qui fait tant de ravages aujourd'hui. »

Après deux heures de conférence plus un heure d'échanges avec un public conquis, Boris Cyrulnik a été raccompagné chez lui en Twingo du Conseil Départemental. Il a retrouvé sa femme et sa maison à La Seyne-sur-Mer vers 21h. Belle résistance, belle résilience pour un homme qui fêtera ses 89 ans le 26 juillet prochain. Chapeau, Monsieur Cyrulnik !

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839
Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !